



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
201	Jaja	2 s	01011	Barszcz ukraiński got.		1305	Golonka pr.	60 g
3635	Salata lodowa	50 g		Kapusta biała	50 g	3627	Papryka św.	50 g
01098	Płatki owsiane na mleku got.			Buraki	100 g	17011	Herbata, chleb, mr	
	Mleko	400 g		Ziemniaki	150 g		Herbata	2 g
	Płatki owsiane	30 g		Śmietana	20 g		Cukier	20 g
17011	Herbata, chleb, mr			Fasola	30 g		Chleb krojony	100 g
	Herbata	2 g		Kości	50 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g			
	Chleb krojony	100 g		Pietruszka	20 g			
	Masło roślinne	10 g		Selery	20 g			
				Mąka pszenna	5 g			
				S ó l	10 g			
				Jarzyńka	2 g			
			10063	Naleśniki z serem smażone				
				Mąka pszenna	100 g			
				Jaja	0,3 s			
				Ser twarog.	100 g			
				Margaryna	20 g			
				Mleko	100 g			
				Cukier	20 g			
				Olej jadalny	10 g			
			13220	Kompot z jabłek got.				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
		Wartość kaloryczna: 4 254 [kJ]			Wartość kaloryczna: 5 620 [kJ]			Wartość kaloryczna: 1 792 [kJ]
		Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11666,00	2666,00	88,21	28,25	400,84	102,32	128,10	13,75	1014,15	68,94	318,70

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten